

การแนะแนวเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ

ผศ.ดร.ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม

รองคณบดีคณะครุศาสตร์

บุคลิกภาพ มีความสำคัญที่เป็นลักษณะประจำตัวของบุคคลที่ค่อนข้างมั่นคงถาวร ได้รับการปลูกฝังสั่งสมมาตั้งแต่วัยเด็ก ผ่านมาทางครอบครัว ทางการศึกษา วัฒนธรรม ประสบการณ์ จากสิ่งแวดล้อม จากกลุ่มคนในสังคมที่อยู่ร่วมกัน สิ่งทีกล่าวมานี้มีผลทำให้บุคคล มีความคิด ความเชื่อ อารมณ์ ความรู้สึก ผสมกันเป็นลักษณะนิสัย หรืออุปนิสัย บุคลิกภาพเป็นคุณลักษณะประจักษ์ แผนชีวิตที่มีอิทธิพลควบคุมชี้้นำการแสดงพฤติกรรมของบุคคล

ปัจจุบันนี้จะสังเกตเห็นได้ว่าสังคมไทยเปลี่ยนแปลงไปรวดเร็วมาก ทั้งด้านเศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม สังคม วัฒนธรรม รวมถึงเทคโนโลยีด้วย ยิ่งเทคโนโลยีสารสนเทศที่ก้าวหน้า ทำให้คนสามารถติดต่อ สื่อสาร รับรู้เหตุการณ์ ความรู้ รวดเร็วขึ้น ส่งผลให้ความคิด ค่านิยม วิถีชีวิตเลื่อนไหล ผสมผสาน เป็นสากล เป็นสังคมไร้พรมแดน ผลพวงของความเปลี่ยนแปลงนั้นทำให้สังคมไทยต้องเผชิญปัญหา ที่ยาก และสลับซับซ้อนมากขึ้นเรื่อยๆ ความเจริญทางเศรษฐกิจทำให้ธุรกิจต้องแข่งขันกันอย่าง เข้มขัน ซึ่งไหวชิงพริบ เอารอดเอาเปรียบ เกิดความเหลื่อมล้ำทางสังคม และคุณภาพชีวิต

ด้วยเหตุนี้ คนที่จะดำรงชีวิตในสังคมปัจจุบันให้อยู่รอดและราบรื่น มีความสุขนั้น จะต้องสามารถ ปรับตัวให้ทันกับความเปลี่ยนแปลงของข่าวสารข้อมูล เทคโนโลยี วิถีชีวิต เพื่อสามารถอยู่ร่วมกัน ในสังคมอย่างกลมกลืน เมื่อเผชิญกับปัญหาจะแก้ไขปัญหาด้วยสติ ด้วยข้อเท็จจริง ด้วยเหตุด้วยผล ไม่หนีปัญหา มองโลกในแง่ดี มีความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลอื่น ยอมรับตนเองทั้งส่วนที่เด่นและ ข้อบกพร่องของตนเอง มีความอดทนต่อความบีบคั้น ความคับข้องใจ สามารถปรับตัวปรับใจให้ชนะ เหตุการณ์นั้นได้ คุณสมบัติดังกล่าวนี้ก็คือ บุคลิกภาพที่ดีนั่นเอง

ความหมายของบุคลิกภาพ

บุคลิกภาพ (Personality) เป็นคำที่มีผู้ให้ความหมายไว้หลากหลายมาก เนื่องจากเป็นคำที่ ยากที่จะให้ความหมายที่ชัดเจนครอบคลุมครบถ้วน คำนี้มีรากศัพท์มาจากภาษาละตินว่า Persona แปลว่า หน้ากาก (Mask) ที่ตัวละครสวมเพื่อแสดงตามบทที่กำหนดในชีวิตจริง คนเราย่อมแสดง บทบาทแตกต่างกันไปในแต่ละสถานการณ์ เช่นเดียวกับตัวละครย่อมแสดงบทบาทไปตามหน้ากาก ที่สวมนั้น

ฮิลการ์ดและแอทกินสัน (Ernest R. Hilgard and Atkinson, 1983 : 462) กล่าวว่า “บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะรวมของบุคคล และวิธีการแสดงออกของพฤติกรรมของแต่ละบุคคล ซึ่งเป็นเครื่องกำหนดวิธีการปรับตัวของแต่ละบุคคลในสิ่งแวดล้อมของเขา”

เบอร์นาร์ด (Haroll W. Bernard, 1970 : 110) กล่าวว่า “บุคลิกภาพเป็นผลรวมทั้งหมดของท่าทาง รูปร่างลักษณะทางกาย พฤติกรรมที่แสดงออก แนวโน้มการกระทำของเขา ความสามารถ ทั้งที่ซ่อนเร้นอยู่ภายในและที่แสดงออกมาให้เห็น”

จรรยา สุวรรณทัต (๒๕๒๙ : ๒๑๙) ให้ความหมายว่า “บุคลิกภาพ คือ แบบแผนพฤติกรรมของบุคคลใดบุคคลหนึ่งที่เป็นที่รับรู้กันโดยทั่วไป เป็นลักษณะรวมของบุคคลนั้น อันประกอบด้วย พฤติกรรมที่แสดงออก และลักษณะเฉพาะภายในของบุคคล ซึ่งทำให้บุคคลนั้นมีความแตกต่างจากบุคคลทั่วไป”

กันยา สุวรรณแสง (๒๕๓๓ : ๑๑) ให้ความหมายว่า “บุคลิกภาพ คือ ลักษณะโดยส่วนรวมของแต่ละบุคคล ซึ่งมีอิทธิพลต่อความรู้สึกของผู้พบเห็น”

จากความหมายดังกล่าวมานี้ สรุปได้ว่า บุคลิกภาพ คือ ลักษณะประจำตัวของมนุษย์ทั้งลักษณะภายนอกและลักษณะภายใน ทุกสิ่งทุกอย่างที่รวมอยู่ในตัวบุคคล นับตั้งแต่รูปร่าง หน้าตา กิริยา ท่าทาง การพูด การแต่งกาย อุปนิสัย ความสนใจ ความนึกคิด ความสามารถ การปรับตัว ซึ่งไม่เหมือนใคร ไม่มีใครในโลกนี้มีบุคลิกภาพเหมือนกัน แม้แต่คู่แฝดจากไข่ใบเดียวกัน

องค์ประกอบของบุคลิกภาพ

บุคลิกภาพของคนเรามีได้มีขึ้น เกิดขึ้นพร้อมกับบุคคลนั้นเลยทีเดียว แต่จะเป็นการสะสมรวมตัวกัน หล่อหลอมประกอบกันเป็นบุคลิกภาพของคนคนนั้น ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงพัฒนาไม่มีวันจบสิ้น การมีความรู้ความเข้าใจในองค์ประกอบของบุคลิกภาพของคนเรา จะช่วยให้การเสริมสร้างบุคลิกภาพเป็นไปในทางที่ดีงามมีความสมบูรณ์

กันยา สุวรรณแสง (๒๕๓๓ : ๓๑-๓๒) กล่าวถึง องค์ประกอบของบุคลิกภาพของบุคคล มีลักษณะต่าง ๆ ดังนี้

๑. ลักษณะทางกาย ได้แก่ รูปร่าง หน้าตา ทรวดทรง ความสูง น้ำหนัก ความปรกติของอวัยวะ สีส้ม ผิวพรรณ ท่าทาง

๒. ลักษณะทางใจ ได้แก่ สติปัญญา ความจำ จินตนาการ ความสามารถพิเศษ ความมุ่งมั่น ความตั้งใจ การคิดอย่างมีเหตุผล

๓. ลักษณะของอารมณ์ ได้แก่ ความรู้สึกแห่งจิตที่ก่อให้เกิดการกระทำต่างๆ เช่น ตื่นเต้น โกรธ กล้าหาญ หวาดกลัว ตกใจง่าย ร่าเริง หดหู่ หงุดหงิด กังวล เป็นต้น

๔. ลักษณะของการปรับตัว มีผลต่อลักษณะของบุคลิกภาพ ถ้าใช้แบบวิธีที่ดีมีพฤติกรรมเหมาะสม สังคมก็ยอมรับจะอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ตรงกันข้ามถ้าปรับตัวไม่ดี วางตัวในสังคมไม่เหมาะสม ย่อมมีผลเสียต่อบุคลิกภาพด้านอื่นๆ ไปด้วย

๕. ลักษณะทางเจตคติ เจตคติของบุคคลย่อมเกิดขึ้นตามแนวโน้มของสังคมที่ตนอยู่ ถ้าเรา มีความพอใจหรือไม่พอใจ สอดคล้องหรือคล้อยตามบุคคลส่วนใหญ่ สังคมนั้นเขาก็มองเราว่ามีบุคลิกภาพดี

๖. ลักษณะของอุปนิสัย ลักษณะของบุคลิกภาพชนิดนี้จะปรากฏให้เห็นได้ก็ต่อเมื่อบุคคลนั้น มีการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น บางคนมีอุปนิสัย กล้าคิด กล้าทำ กล้าพูด กล้าแสดงออก บางคนมีอุปนิสัยไม่แสดงตัวถ้าไม่จำเป็น บางคนมีอารมณ์ขัน บางคนมีความเมตตา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่

๗. ลักษณะของกำลังใจ บางคนมีกำลังใจ เข้มแข็ง สามารถเผชิญกับอุปสรรคปัญหาได้ดี บางคนมีอะไรกระทบก็หมดกำลังใจ ท้อถอย

๘. ลักษณะของความสนใจ ความสนใจเป็นบุคลิกภาพอย่างหนึ่งของคนเรา ซึ่งแต่ละคนจะมีความสนใจแตกต่างกันไป บางคนเฉย บางคนอยากรู้อยากเห็น บางคนสนใจการเมือง บางคนสนใจศาสนา

๙. ลักษณะการพูดจา ท่าทาง บางคนพูดชัดเจน คล่องแคล่ว ใช้ภาษาได้อย่างถูกต้อง สละสลวย บางคนพูดซ้ำ บางคนพูดเร็ว

กระบวนการแนะแนวเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ

ซัลลิแวน (Harry S. Sullivan อ้างถึงในคู่มือชุดการดำเนินงานแนะแนวในโรงเรียน, ๒๕๓๘ : ๒๖ – ๒๗) จิตแพทย์ชาวอเมริกัน ได้อธิบายลักษณะของบุคลิกภาพและสาเหตุที่ทำให้คนมีบุคลิกภาพไม่พึงประสงค์ ๖ ประการคือ

๑. หมกมุ่นอยู่กับตนเอง มีความคิดว่าตนเองถูกเข้าใจผิดเสมอ ท้อแท้ ผิดหวังง่าย สาเหตุเพราะผิดหวังในสัมพันธภาพระหว่างตนเองกับบุคคลอื่น

๒. ไม่สู้สิ่งกับใคร มักขี้น้อยใจ ทำความดีแต่มักไม่มีใครเห็น ทำบุญกับใครไม่ขึ้น สาเหตุเพราะในวัยเด็กไม่ได้รับความรัก หรือไม่มีใครรัก

๓. พึ่งพาคนอื่น ไม่มีความคิดเป็นของตนเอง พึ่งพาคนอื่นเป็นหลัก คอยปฏิบัติตามคำแนะนำของคนอื่น ไม่เป็นตัวของตัวเอง ถูกชักจูงให้ทำผิดง่าย สาเหตุวัยเด็กพ่อแม่เลี้ยงดูแบบแสดงอำนาจเหนือเด็ก

๔. ไม่เป็นมิตรกับใคร อารมณ์มักขุ่นมัว หงุดหงิด ไม่คบหาสมาคมกับใคร สาเหตุจากการเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่เคียดแค้น เอาใจใส่ เพื่อหวังให้ลูกสมบูรณ์ที่สุด

๕. ชอบคัดค้าน ชอบโต้เถียง สาเหตุเพราะตอนเป็นเด็กชอบเรียกร้องความสนใจ เมื่อโตขึ้นก็ยังใช้วิธีการเดิม

๖. รักร่วมเพศ ปรับตัวเกี่ยวกับการแก้ปัญหาเรื่องเพศอย่างผิดๆ สาเหตุเป็นผลจากการเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่มีสัมพันธภาพไม่ดีกับลูก ไม่สามารถให้ความอบอุ่นทางใจ ไม่สามารถสื่อความหมายเกี่ยวกับบทบาททางเพศที่ถูกต้อง ชัดเจน

ความสำคัญและความจำเป็นในการแนะแนวเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ

นักเรียนที่มีบุคลิกภาพไม่เป็นที่ต้องการของสังคม จะประสบชีวิต ทำตัวเสเพล ก่ออาชญากรรม ลักขโมย ปัญหาดังกล่าวนับวันเพิ่มขึ้นเป็นทวีคูณ ครูแนะแนวต้องทำงานหนักเพื่อช่วยนักเรียนให้สามารถปรับตัวเอง รู้จักวางแผนชีวิต และพัฒนาบุคลิกภาพให้พร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาทุกรูปแบบด้วยความเฉลียวฉลาด อดทน เข้มแข็ง เพื่อเป็นแนวทางไปสู่ความสำเร็จในการทำงานและความสุขในการดำเนินชีวิตต่อไป

การแนะแนวเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ เป็นกระบวนการสำคัญในการช่วยเหลือ แก้ไข และพัฒนาบุคลิกภาพของนักเรียนให้เป็นไปตามที่สังคมปรารถนา โดยให้ความช่วยเหลือ พัฒนาในด้านต่อไปนี้

๑. ส่งเสริมช่วยเหลือให้มีวุฒิภาวะเหมาะสมกับเพศและวัย การแนะแนวส่งเสริมให้นักเรียนมีความคิดถูกต้อง ในการแสดงพฤติกรรมทั้งต่อตนเองและสังคม ปรับตัวได้เหมาะสมกับเพศและวัย ตลอดจนความสามารถของตนเอง รวมทั้งช่วยให้พัฒนาการด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคมเจริญจนถึงขีดสูงสุด

๒. เสริมสร้างบุคลิกภาพที่ดี การแนะแนวมีหน้าที่ช่วยเหลือให้นักเรียนมีความสุข มีบุคลิกภาพที่ดี เป็นที่ยอมรับของสังคม สามารถทำงานร่วมกับบุคคลอื่นโดยไม่คับข้องใจ มองโลกในแง่ดี สามารถแก้ปัญหาอย่างฉลาด รู้จักวางเป้าหมายชีวิตนำไปสู่ความสำเร็จได้ สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี รู้จักอดทนต่อความผิดหวังได้ รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ สามารถปรับตัวได้ดี มีความสุข เป็นคนดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีอารมณ์มั่นคงไม่หวั่นไหวง่าย รู้จักและเข้าใจผู้อื่น

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) (๒๕๔๖ : ๓๔-๓๗) กล่าวถึงการฝึกเด็ก โดยเฉพาะการศึกษาเริ่มต้นในครอบครัว พ่อแม่เป็นอาจารย์คนแรก การฝึกเด็กที่สำคัญ คือให้เด็กมีโยนิโสมนสิการ เมื่อเด็กรู้จักคิด เขาจะสามารถพลิกสถานการณ์ พลิกสิ่งที่กำลังเผชิญอยู่ ให้กลับร้ายเป็นดีได้ เด็กจะมีความรู้เท่าทัน ปัญหาที่ฝึกอยู่เรื่อย ๆ จะทำให้เขาไวขึ้น เช่นพอมองอะไรก็เห็นทั้งแง่คุณและแง่โทษเสร็จทีเดียวนั้น ทำให้เป็นคนที่ไม่มองอะไรด้านเดียว แต่มองทั้งด้านคุณด้านโทษ

โยนิโสมนสิการ คือ การรู้จักคิด รู้จักพิจารณา หรือมองเป็น คิดเป็น มีหลักใหญ่ ๒ อย่าง คือ

๑. เอาความจริงจากประสบการณ์นั้น สถานการณ์นั้น หรือสิ่งนั้นให้ได้
๒. เอาประโยชน์จากมันให้ได้

คือว่า ไม่ว่าจะเจออะไร ต้องเอาความจริง หรือไม่ก็ประโยชน์ หรือทั้งสองอย่างให้ได้ เรียกว่า มองให้เห็นความจริงและมองให้เห็นประโยชน์ ฉะนั้นแม้แต่เจอสิ่งที่ร้ายก็ต้องหาประโยชน์ได้ นี่คือหลักโยนิโสมนสิการ

การส่งเสริมเด็กให้มีสุขภาพจิตดี

การส่งเสริมสุขภาพจิตของเด็กนั้น มีผู้เกี่ยวข้องอยู่ด้วย คือ บิดามารดา ครูอาจารย์ และผู้เกี่ยวข้องกับเด็กในด้านต่างๆ ผกา สัตยธรรม (๒๕๕๑ : ๑๖๙ – ๑๗๐) กล่าวถึง การส่งเสริมสุขภาพจิตเด็กดังนี้

๑. บิดามารดา ควรส่งเสริมให้เด็กมีสุขภาพกายดี เพราะผู้ที่มีสุขภาพจิตดี ต้องอาศัยการมีสุขภาพกายดีเป็นเบื้องต้น
๒. บิดามารดา ครูอาจารย์ ควรฝึกให้เด็กมีอารมณ์เย็น มีการมองโลกในแง่ดี มีความแจ่มใสร่าเริงเบิกบานใจ
๓. ฝึกให้เด็กรู้จักตัวเองอย่างแท้จริงในด้านต่างๆ รู้จักพัฒนาตนเองว่ามีข้อดีข้อเสีย ที่จะต้องแก้ไขอย่างไร
๔. บิดามารดา ให้เด็กได้รู้จักและยอมรับฐานะความเป็นอยู่ของตนเอง และครอบครัวว่าอยู่ในฐานะอย่างไร ลูกจำเป็นจะต้องช่วยพ่อแม่ทำมาหากิน เพื่อเลี้ยงครอบครัวอย่างไรหรือไม่
๕. บิดามารดา ครูอาจารย์ ควรฝึกให้เด็กกล้าที่จะเผชิญกับความเป็นจริงทั้งที่ดีและไม่ดี
๖. ฝึกให้เด็กเป็นผู้มีความรับผิดชอบ มีความขยันและอดทนที่จะทำสิ่งต่างๆ อย่างสม่ำเสมอ
๗. ฝึกและส่งเสริมให้เด็กมีความเป็นมิตรกับผู้เกี่ยวข้องด้วย บิดามารดา ครูอาจารย์ จึงควรให้ความรักความเมตตาแก่เด็ก เพื่อให้เด็กได้มีความรู้สึกอบอุ่นใจ
๘. ฝึกและทำวิธีการให้เด็กรู้จักการควบคุมอารมณ์ของตนเองให้เหมาะสมรู้จักยับยั้งใจได้
๙. ให้เด็กได้ฝึกการให้ความช่วยเหลือ ให้มีการให้และเสียสละ
๑๐. ฝึกให้เด็กได้กำหนดเป้าหมายในชีวิตได้อย่างเหมาะสม
๑๑. ฝึกให้เด็กมีความเชื่อมั่นในตนเอง
๑๒. ส่งเสริมให้เด็กมีสุขภาพจิตดีด้วยการให้เวลากับเด็กได้มีโอกาสพูดคุยเรื่องราวต่างๆ ของเขา
๑๓. ส่งเสริมให้เด็กมีสุขภาพจิตดีด้วยการให้เด็กได้ฝึกบริหารจิต โดยใช้หลักกรรมทางพระพุทธศาสนา

สรุป

การสร้างประชากรที่มีคุณภาพอันพึงประสงค์ให้กับประเทศนั้น สังคมไทยไม่เพียงต้องการบุคลากรที่มีความรู้ ความสามารถขั้นพื้นฐาน มีทักษะในการอ่านเขียน การคำนวณ และการคิดเท่านั้น แต่ยังต้องการบุคคลที่เป็นคนกล้าและดี มีความมั่นคงทางจิตใจ มีศีลธรรม จริยธรรมอันดีงาม สามารถทำงานร่วมกับบุคคลอื่นได้ รวมทั้งต้องการบุคลากรที่รู้จักตนเอง เข้าใจผู้อื่น มีความรับผิดชอบ ทั้งต่อตนเองและสังคม

การแนะแนวเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ จึงเป็นความจำเป็นสำหรับครู อาจารย์ ที่จะต้องดำเนินงานให้บรรลุผลอย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยการคิดค้นกลวิธี เพื่อแก้ไข ช่วยเหลือ พัฒนาบุคลิกภาพนักเรียนที่มีปัญหาบางคน เพราะครูอาจารย์เป็นคนที่สองรองจากพ่อแม่ที่รู้จักเขาดี รู้ว่าเขาเป็นอย่างไร และจะช่วยเขาได้อย่างไร ความสำเร็จของงานอยู่ที่ความรักความห่วงใยของครู อาจารย์ ต่อศิษย์เป็นสำคัญ

* * * * *

บรรณานุกรม

- กันยา สุวรรณแสง. **การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว**. กรุงเทพมหานคร : รวมสาส์น, ๒๕๓๓.
- จรรยา สุวรรณทัต. **จิตวิทยาทั่วไป**. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช, ๒๕๒๙.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). **พัฒนาการแบบองค์รวมของเด็กไทย**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๖.
- ผกา สัตยธรรม. **สุขภาพจิตเด็ก**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๑.
- สมใจ ลักษณะ. **การพัฒนาประสิทธิภาพการทำงาน**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา, ๒๕๔๙.
- สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ. กระทรวงศึกษาธิการ. **คู่มือชุดการดำเนินงาน
แนะแนวในโรงเรียน**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภา, ๒๕๓๘.
- Bernard Haroll W., *Introduction to Psychology*. 8thed., New York : Brace Jovanovich, 1970.
- Hilgard, Ernest R. and Atkinson, L.R., **Theories of Personality 3rded.**, New York : McGraw Hill Book Co., 1983.